

БАРЬЕРЫ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ*В.Ф. Кондратюк, 10 класс**Лицей ПолесГУ**Научный руководитель – С.В. Власова, к.м.н., доцент**Полесский государственный университет*

Актуальность. Социально–экономическое развитие государства значительным образом зависит от узнаваемости страны на международной арене. Спорт является тем универсальным феноменом, посредством которого Беларусь стала узнаваема на мировой арене. Благодаря достижениям Дарьи Домрачевой, Юлии Нестеренко, Вадима Махнева, Романа Петрушенко и многим других олимпийцев жители планеты узнают нашу республику.

Хорошо известно, что среди всех видов экстремальных видов деятельности спорт является наиболее массовым. В настоящее время спортивная деятельность имеет высокие нормативные ориентиры, а победа на мировых турнирах труднодостижима и требует от человека предельного напряжения физических и психических сил.

Атлеты, являясь членами нашего общества, находятся в некотором «отстранении» от реального мира, пребывая в рамках тренировочного процесса, спортивных соревнований, находясь в обществе, ограниченном командой, тренерами, массажистами, вдали от семьи и родителей [0].

Несмотря на искреннее желание стать чемпионом, ”только 0,004% физически одаренных детей и подростков доходят до уровня мастера спорта международного класса. Около 70% спортсменов, прекративших занятия спортом на уровне до кандидата в мастера спорта, основной причиной завершения спортивной карьеры называют потерю интереса к занятиям и осложнения отношений с тренером “.

Между тем, результаты проводимых исследователей констатируют противоречия в современном обществе между отношением к спорту высших достижений, как примеру формирования по-

зитивных гуманистических ценностей и идеалов, а с другой – существование «скептического взгляда на спорт» значительной части молодежи и некоторой части интеллигенции, развития негативного разделения людей на победителей и побежденных, таких качеств личности, как эгоцентризм, агрессия, зависть, стремление к победе любой ценой, даже за счет нарушения нравственных норм и т.д.

Многие участники спортивной деятельности, сталкивающиеся с данными нюансами, отмечают реальную необходимость преодоления барьеров, которые осложняют, а иногда делают невозможным, достижение заветного результата, нарушают социальную адаптацию и социально-психологические ориентиры в жизни. Все эти особенности большого спорта требуют наличия у спортсмена специфических качеств и особых личностных свойств, имеющих свои индивидуальные представления о барьерах.

Что же касается барьеров, то, применительно к спорту, они преимущественно ассоциируются с преодолением, психологическими трудностями.

В специальной литературе встречается следующее толкование барьера – это психологический феномен (представленный в форме образов, ощущений, переживаний и др.), в котором отражены свойства объекта ограничивать проявления жизнедеятельности человека, препятствовать удовлетворению его потребностей. Отсутствие преграды обесценивает предмет любой потребности. [0].

В толковом словаре слово "барьер" обозначено как преграда, поставленная на пути, препятствие для чего-нибудь[0]. В качестве барьеров, препятствующих осуществлению той или иной деятельности, в литературе рассматриваются ожидание негативных общественных санкций; ожидание негативных семейных санкций; совесть; робость; гордость, самолюбие, слабоволие; потребность в свободе и творчестве, потребность в благополучии; боязливость; сложные ситуации, критические ситуации, трудности, запреты и пределы. По мнению В.В. Столина, вероятность преодоления «преграды» зависит от силы и выраженности преграды у данного субъекта и побудительной силы мотива, требующего преодоления данной преграды.

Для юных спортсменов осознание, определение и преодоление своих барьеров в спорте играет решающую роль не только в эффективной деятельности, но и в процессе формирования и укрепления здоровья, что определяет актуальность рассматриваемой проблемы и цель нашего исследования.

Цель работы. Совершенствование подготовки спортсменов посредством выявления барьеров в спортивной деятельности.

Материал и методы. Исследование проводилось на базе Полесского государственного университета в феврале–марте 2016 года в рамках научно-исследовательской деятельности кафедры общей и клинической медицины факультета организации здорового образа жизни и лица университета.

Дизайн исследования предполагал изучение барьеров учащихся специализированного по спорту класса лицея Полесского государственного университета, занимающихся греблей, с использованием специально составленной анкеты.

Анкета состояла из 38 вопросов, включающих элементы оценки спортивной деятельности, особенностей социальной интеграции и трудностей в занятиях спортом.

По окончании анкетирования проведен анализ значимых особенностей осуществления спортивной деятельности с учетом факторов, препятствующих успешности, по мнению лицеистов.

В состав исследуемых вошли учащиеся 10 (17 человек) и 11 (19 человек) классов лицея Полесского государственного университета в возрасте от 16 до 19 лет со стажем занятия спортом. Всего было опрошено 36 человек.

Результаты исследования. По результатам исследования выявлено, что 83 % опрошенных занимаются спортом более 2 лет, причем практически все тренируются с частотой более 2 раз неделю. У 72% лицеистов родители не занимались спортом, а значит, не могли передать личный опыт об особенностях данного рода деятельности.

78% родителей лицеистов поддерживают их стремление к занятиям спорта и 67 % оказывают реальную помощь в этом. По данным опроса 84% респондентов выразили желание продолжать тренироваться даже в случае неодобрения или отсутствия поддержки со стороны близких. При этом 31 % лицеистов указали на наличие регулярных конфликтов, которые им приходится преодолевать в связи со спортивной деятельностью, четверть учащихся обозначило, что в круг их близкого общения входят более 9 человек, 11 % отметили болезненную реакцию на критику в их адрес. Важно отметить, что 86% учащихся считают жизненно необходимым наличие доверительных отношений в общении.

64% лицеистов указали на наличие серьезных барьеров в занятиях спортом, в их числе 50 % обучающихся отметили психологические, 3%– социальные, 6% бытовые.

Безусловное продолжение карьеры в спорте обозначили 33% опрошенных, в выбранном виде спорта продолжают карьеру 31% лицеистов, при условии успешности в учебе –11%.

Выводы. Среди барьеров в спорте преобладают психологические барьеры, однако нельзя игнорировать и другого рода препятствия, такие как социальные и бытовые проблемы.

Преобладание психологических барьеров определяет необходимость индивидуальной и регулярной психологической помощи юным спортсменам.

Выявление, осознание и преодоление атлетами барьеров в спорте является залогом не только профессиональной успешности, но и источником пополнения спортивного резерва национальных команд.

Список использованных источников

1. Ожегов, С.И. Толковый словарь русского языка. Издание 4–е, доп. // С.И. Ожегов, Н.Ю. Шведова–М.: ИТИ Технологии. – 2008. – 944 с.
2. Самыгин, С.И. Молодежь и спорт: психологические барьеры в спорте высших достижений / Самыгин С.И., Самыгин П.С., Осипова А.А. // Гуманитарные, социально–экономические и общественные науки. – 2015 . – № 9. – С. 280–284.
3. Стамбулова, Н.Б. Кризисы спортивной карьеры / Н.Б. Стамбулова // Теория и практика физической культуры. –1997. №10. – С.13–17.